

## I-2-5 FICHE DESTINÉE AUX PERSONNES PRENANT EN CHARGE DES SANS-DOMICILE FIXE

(Soignants en LHSS et LAM prenant en charge des adultes vulnérables en structures et aux EMA)

### MESSAGES CLES

1. Deux risques vitaux liés à la chaleur peuvent être évités par une prévention simple :
  - a. **Risque d'épuisement/déshydratation.** La prévention passe par une augmentation des apports en eau et au maintien d'une alimentation normale ;
  - b. **Risque de coup de chaleur.** La prévention passe par mouillage de la peau et la ventilation.
  
2. Deux grandes actions à réaliser pour que la prévention soit efficace :
  - a. **Lutter contre l'isolement**
  - b. **Lutter contre l'ignorance**
  
3. Votre rôle avant l'été :
  - a. Lutter contre l'isolement à la rue :
    - i. Repérer les personnes les plus à risque
    - ii. Favoriser la création d'un réseau de « veille » autour d'elles, incluant le médecin traitant s'il existe, l'entourage social voire les équipes de maraude à qui les personnes à risque sont signalées,
    - iii. Etablir une liste des personnes ressources avec leurs coordonnées
  - b. Lutter contre l'ignorance :
    - i. Expliquer (si cela est possible) les recommandations pour le grand public à la personne. S'assurer de leur compréhension.
    - ii. Lister les endroits publics frais et les points d'eau potable à proximité qui seront accessibles pendant la période estivale, lui indiquer ces informations
  - c. Préparer la protection des personnes :
    - i. Leur procurer le matériel nécessaire à la mise en place des mesures de prévention individuelle
    - ii. S'assurer qu'elles pourront manger et boire sans difficulté. Enclencher une surveillance EMA si besoin
    - iii. Encourager à consulter le médecin traitant afin de personnaliser les recommandations si elles relèvent du droit commun
  
4. Votre rôle pendant une vague de chaleur
  - a. Lutter contre l'isolement :
    - i. Prendre contact tous les jours avec la personne.
    - ii. Vérifier le bon fonctionnement du « réseau de veille »
  - b. Lutter contre l'ignorance :
    - i. Se tenir informer du niveau de vigilance et s'assurer de sa transmission à la personne
    - ii. Rappeler et favoriser la mise en œuvre des mesures de prévention
  - c. Surveiller :
    - i. Vérifier que la personne boit, mange et se rafraîchit suffisamment
    - ii. Appeler la personne dès que vous sentez que vous-même êtes en situation inconfortable
    - iii. Agir rapidement en cas de signes d'alerte.

### Qui sont les adultes vulnérables à la chaleur ?

- a. Les personnes ne pouvant transpirer normalement et donc à risque de coup de chaleur :
  - i. **Les personnes âgées** (moins de transpiration et moins de réflexe de protection à la chaleur du fait de l'âge),
  - ii. **Les personnes souffrant de maladies chroniques** (en particulier insuffisance cardiaque, maladie du cerveau, diabète et/ou prenant des médicaments notamment à visée psychiatrique).
- b. Les personnes à risque de ne pas boire et manger suffisamment
  - i. celles ne pouvant boire seules (personnes avec **handicap** physique ou mental, ...),
  - ii. celles sous-estimant leurs besoins (**problèmes psychiatriques...**),
  - iii. celles ayant des risques de pertes d'eau et de sel cumulées : sujets infectés et fébriles, diarrhées, vomissements, prise de diurétiques, **consommation d'alcool**.

### Comment anticiper la lutte contre l'isolement ?

S'assurer du bien-être de la personne à la rue en diligentant une équipe EMA en cas de besoin.

### Comment anticiper et mettre en place la protection des personnes en structures ?

#### **AVANT L'ETE**

##### ***Architecture et matériel en structures***

- Vérifier la possibilité d'occulter les fenêtres pour éviter l'exposition au soleil (stores, volets, rideaux),
- Vérifier la possibilité de faire des courants d'air sans danger et sans nuisance pour la personne,
- Voir si un aménagement spécifique dans une pièce plus fraîche est envisageable,
- S'assurer du bon fonctionnement du réfrigérateur et du freezer ou congélateur (pour faire des glaçons),
- S'assurer de l'existence du « trousse canicule » : ventilateur (voire d'un climatiseur) en état de marche, brumisateur, thermomètre médical non frontal,
- S'assurer de la possibilité de se procurer facilement pain de glace ou sac de glaçons et de l'existence d'un pack d'eau de réserve,
- S'assurer d'une disponibilité en quantité suffisante de vêtements adaptés (amples, légers, en coton).

##### ***Organisation et fonctionnement à la rue***

- Lister les endroits publics frais (galeries commerciales, cinémas, certains monuments historiques...) et des points d'eau potable à proximité et accessibles pendant la période estivale,
- S'assurer de la présence ou non de voisinage, de l'ouverture ou non des commerces de proximité et s'assurer du système prévu pour les courses alimentaires.

## **PENDANT UNE VAGUE DE CHALEUR**

### ***Lutter contre l'isolement***

- Prendre contact tous les jours avec la personne en se rendant auprès d'elle ou en diligentant un tiers pour le faire,
- Vérifier le bon fonctionnement du « réseau de veille ».

### ***Informier***

- Suivre l'évolution des messages de mise en garde,
- Ne pas hésiter à de nombreuses reprises à rappeler les conduites de protection à adopter et à conseiller la personne en structures et à la rue.

### ***Protéger et rafraichir en LHSS et LAM***

- Fermer les stores, rideaux tant que la température extérieure est plus élevée que la température intérieure. Par contre, dès que la température extérieure baisse et devient inférieure à la température intérieure, ouvrir au maximum les portes et fenêtres et favoriser les courants d'air,
- Si la personne habite un appartement exposé à la chaleur, sans possibilité d'une pièce plus fraîche, organiser, si possible quotidiennement, une sortie dans un lieu climatisé,
- L'aider à se rafraichir par brumisation/ventilation (cf. fiche technique dédiée).

### ***Surveiller***

- Organiser la surveillance des personnes à risque en structures avec notamment :
  - un système d'évaluation de la consommation journalière d'eau (numérotation des bouteilles d'eau et indication du dernier niveau d'eau),
  - et des apports alimentaires surtout s'il existe plusieurs intervenants,
- Si possible pesée quotidienne.

Quels sont les signes à surveiller et quelle conduite adopter ?

**Signes témoignant que la prévention est insuffisante**

Signes	Signification	Actions à mettre en place
Un des signes suivants : <ul style="list-style-type: none"> <li>• perte de poids,</li> <li>• crampes,</li> <li>• sensation de malaise/étourdissement au lever</li> </ul>	Déshydratation	Faire boire immédiatement même en l'absence de soif. Augmenter les boissons en maintenant une alimentation normale Diminuer ou arrêter les diurétiques le cas échéant après accord d'un médecin
Bien-être général en se passant les avant-bras sous un filet d'eau	Début de réchauffement du corps	Augmenter le mouillage et la ventilation de la peau

**Signes témoignant d'un risque vital**

Signes	Signification	Actions à mettre en place
Un des signes suivants : <ul style="list-style-type: none"> <li>• maux de tête,</li> <li>• sensation de fatigue inhabituelle,</li> <li>• importante faiblesse,</li> <li>• vertiges,</li> <li>• malaises,</li> <li>• désorientation, propos incohérents inhabituels,</li> <li>• perte de connaissance</li> </ul>	Risque vital (déshydratation grave ou coup de chaleur)	<b>APPEL DU 15</b> En attendant les secours, rafraîchir le plus vite possible : <ul style="list-style-type: none"> <li>- soit coucher la personne et l'envelopper d'un drap humide (à défaut l'asperger d'eau),</li> <li>- soit au mieux lui donner une douche fraîche sans l'essuyer,</li> <li>- faire le plus possible de ventilation (ventilateur, courant d'air)</li> <li>- donner de l'eau fraîche si la personne est consciente et lucide</li> <li>- les médicaments contre la fièvre (PARACETAMOL, ASPIRINE) sont A EVITER dans cette situation car inefficaces et possiblement dangereux</li> </ul>

### POUR EN SAVOIR PLUS

- Fiches techniques pour tous
- Plaquettes et affiches INPES résumant les principaux messages :
  - Dépliant « La Canicule et nous... comprendre et agir »  
<http://www.inpes.sante.fr/CFESBases/catalogue/pdf/1027.pdf>
  - Affiche : <http://www.inpes.sante.fr/CFESBases/catalogue/pdf/1028.pdf>

**Pour toutes autres questions :**

**« canicule info service » (0 800 06 66 66) du 01/06 au 31/08**